諫早市 🥔

いさはやオレンジ手帳書き方講習会

認知症

フレイル予防教室脳トレ前30分編 【西部】

開催日

令和7年 | | 月 | 〇日(月)

会場

田結公民館

参加者

5名





オレンジ手帳とは?

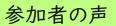
医療や介護サービスを利用するときに 自分が安心できる「時間」や「場所」を つくるヒントとするため、元気な頃から必要 な情報をまとめることができる手帳です。

フレイル予防教室が始まる前に、認知症やオレンジ手帳についてお知らせしました!

「いままでシート」

- ・自分の得意な事って何かな~
- 「いつも見るテレビある?」 「見てる見てる!あの番組面白いよね!」







この手帳とエンディングノートを一緒に 置いていたら良いね

昔を思い出してみんなと話をしたり 書きだしたりすることで、脳トレにもなり ますね



出前講座のお申込みは、

お住いの 諫早市地域包括支援センター 検索・

または 地域包括ケア推進課(🔚 0957-22-1500) へ



7諫早市高齢者 ささえあいネット